

## «Рекомендации для родителей по адаптации первоклассников к школе»

I закон. Закон единства требований отца и матери, предъявляемых ребенку.

II закон. Закон значимости похвалы для ребенка.

III закон. Закон трудового участия каждого члена семьи в жизни всей семьи.

IV закон. Закон разделения в равной мере благ между взрослыми и детьми.

Если эти законы в семье исполняются, если отец и мать оптимисты и друзья своего ребенка, тогда ребенок состоится, как человек, как личность и очень быстро адаптируется к школьной жизни

Вы, родители, можете немало сделать для того, чтобы ребенок любил школу и учился с радостью. Сначала все первоклассники имеют огромное желание учиться. И почему же у многих из них это желание исчезает достаточно быстро? Чаще всего виноваты в этом взрослые. Что я имею ввиду? Мы иногда слышим такие слова:

- «Вот пойдешь в школу – там тебе покажут»;
- «Только попробуй мне двойки приносить»;
- «Вот попадешь к строгой учительнице – заплачешься».

Вы показываете ребенку школу с негативной стороны.

Найдите привлекательные моменты в школьной жизни, расскажите, что принесет в жизнь ребенка школа, одноклассники, те знания и умения, которыми он овладеет:

- «Ты научишься читать и будешь читать книги сестричке или братику»;
- «Когда научишься писать, напишешь письмо бабушке»;
- «Когда ты научишься считать, сможешь делать покупки в магазине, как взрослые».

-А вы должны каждый день интересоваться школьными событиями. Знания детей первых классов в течение учебного года не оцениваются в баллах. Поэтому вместо вопроса *«Какую отметку ты получил?»* спросите: *«Что сегодня было самое интересное?»*, *«Чем вы занимались на уроке чтения?»*, *«Что веселого было на уроке физкультуры?»*, *«В какие игры вы играли?»*, *«Чем вас кормили сегодня в столовой?»*, *«С кем ты подружился в классе?»* и т.д.

Если дети не могут толково ответить на эти вопросы, не волнуйтесь, не огорчайтесь, а главное - не раздражайтесь. Поддержите его .

-Ребенок не должен панически бояться ошибиться. Невозможно научиться чему-то, не ошибаясь. Старайтесь не выработать у ребенка страх перед ошибкой. Чувство страха - плохой советчик. Оно подавляет инициативу, желание учиться, да и просто радость жизни и радость познания.

Помните: для ребенка что-то не уметь и что-то не знать - это нормальное положение вещей. На то он и ребенок. Этим нельзя попрекать.

-Не сравнивайте ребенка с другими, хвалите его за успехи и достижения. Никогда не сравнивайте мальчиков и девочек, не ставьте одних в пример другим.

Помните: ваш ребенок будет учиться в школе не так, как когда-то учились вы. Никогда не ругайте ребенка обидными словами за неспособность что-то понять или сделать. Только положительно оценивайте учебу вашего малыша, даже если вам кажется, что его успехи явно недостаточны.

-Никогда не употребляйте фразы, которые унижают ребенка, приучают замыкаться в себе, не видеть в родителях друга и советчика

-Я тысячу раз говорил тебе, что...

-Сколько раз надо повторять...

-О чем ты только думаешь...

-Неужели тебе трудно запомнить, что...

-Ты становишься...

-Ты такой же как...

-Отстань, некогда мне...

-Почему Лена такая, а ты – нет...

-Старайтесь говорить своему ребенку такие фразы:

-Ты у меня умный...

-Как хорошо, что у меня есть ты...

-Ты у меня молодец...

-Я тебя очень люблю...

-Как хорошо ты это сделал, научи и меня этому...

-Спасибо тебе, я очень благодарна...

-Если бы не ты, я бы никогда с этим не справилась...

Проявляйте к ребенку максимум внимания, переживайте за каждую неудачу малыша и радуйтесь даже самым маленьким его успехам. Будьте ему другом.

Учитесь вместе с ребенком, объединяйтесь с ним против трудностей, станьте союзником, а не противником или сторонним наблюдателем школьной жизни первоклассника. Верьте в ребенка,

-Для того чтобы период адаптации к школе прошел у ребенка относительно легко, важны хорошие взаимоотношения в семье, отсутствие конфликтных ситуаций и благоприятный статус в группе сверстников.

Необходимым условием успешной адаптации ребенка в школе является степень участия родителей в его школьной жизни, в организации приготовления уроков, особенно в первый год обучения.

## **6) ЗАПАС УМЕНИЙ И НАВЫКОВ ДЛЯ БЫСТРОЙ АДАПТАЦИИ**

- Поддержите в ребенке его стремление стать школьником. Старайтесь, чтобы ребенок оставался почемучкой, начинайте все делать с ребенком, создайте домашнюю библиотеку, учите самому искать ошибки, развивайте память и внимание, ставьте себя на место своего ребенка, вспоминайте себя в его возрасте. От успехов ребенка в первые дни в школе зависит и адаптация.

Чтобы ребенок быстро и безболезненно адаптировался, у него должен быть определенный запас знаний и умений.

### **МАТЕМАТИКА**

С шести-семи лет ребенок уже владеет некоторыми представлениями о числе, количестве, мере. К этому возрасту детьми усваивается прямой числовой ряд, у некоторых детей только до 10, у других до 20 и дальше.

Некоторые родители выучивают с детьми числовой ряд до десяти и обратно наизусть. Для правильного формирования числового ряда необходимо объяснить ребенку, что каждое число в числовом ряду больше предыдущего на единицу. Важно, чтобы ребенок умел считать от заданного числа до другого в прямом и обратном порядке, например от 3 до 9, от 10 до 4. Совершенно не обязательно уметь считать до 100, да это, по большому счету, и не представляет особой сложности. Гораздо важнее, чтобы ребенок ориентировался в пределах 10, то есть считал в обратном порядке, умел сравнивать числа, понимал, какое большее, какое меньшее. Ребенок должен уметь ориентироваться в пространстве: вверху, внизу, слева, справа, между, впереди, сзади и т. д. Чем лучше он это знает, тем легче ему будет учиться в школе. Чтобы он не забыл цифры, пишите их. Если нет под рукой карандаша с бумагой, не беда, пишите их палочкой на земле, выкладывая из камешков. Счетного материала вокруг предостаточно, поэтому между делом посчитайте шишки, птичек.

Очень хорошо, если ребенок будет знаком с понятием «состав числа». Для начала лучше взять небольшие числа три или четыре. Ребенку предлагают разложить три палочки на две кучки. Очень скоро ребенок убедится, что возможны только два варианта: один и два или два и один. Такие же упражнения проводят и с другими числами.

Детям легче решать простую задачу, чем числовой пример. Следует предложить задачи из окружающей жизни типа: «У тебя 5 конфет. Мама дала еще 3 конфеты.

Сколько конфет стало?» , « На дереве сидят 3 воробья и 4 синички. Сколько всего птиц на дереве?». Ребёнок должен уметь вслушиваться в условие задачи.

Как можно больше используйте практических упражнений, игр, которые требуют счета. Например, поставь столько тарелок, сколько человек в нашей семье. Сосчитай, сколько положили вилок на стол, хватит ли всем? Сколько не хватает? Сколько лишних?

## **ЧТЕНИЕ**

К первому классу обычно многие дети уже худо-бедно читают, так что вы можете поиграть с дошкольником в слова: пусть он назовёт окружающие предметы, начинающиеся на определённый звук, или придумает слова, в которых должна встречаться заданная буква. Можно играть в испорченный телефон и раскладывать слово по звукам. И, конечно, не забывайте читать. Выбирайте книжку с увлекательным сюжетом, чтобы ребёнку хотелось узнать, что там дальше. Пусть он и сам прочтёт несложные фразы. У ребенка есть проблема - он неправильно произносит звуки. Рекомендация- чтение вслух вместе с родителями. Развивать внимание при чтении можно, выполняя такое задание: найти и вычеркнуть в тексте определенные буквы.

Многие родители пытаются научить читать своих детей на материале «Азбуки». Самое главное здесь – не допустить грубых ошибок, которые потребовали бы переучивания. Самая частая ошибка родителей состоит в том, что с ребенком учат названия букв, а не звуков. Например, родители называют букву «мэ», а надо звук . Это]м[ затрудняет слияние звуков при чтении, в результате чего формируется побуквенное чтение. Это усложняет путь от послогового чтения к чтению целыми словами. Прочтение же некоторых многосложных слов остается совершенно непонятным ребенку. Такие слова разгадываются им как ребусы. Например, слово открытка: о тэ кэ рэ ы тэ кэ а. Неудивительно, что смысл слова или предложения при побуквенном чтении, очень часто остается непонятым. Итак, чтение только слоговое. Требуйте от ребенка, чтобы он произносил первый звук до тех пор, пока не прочтет второй. На первых порах дети читают нараспев, выделяя гласные звуки и помогая себе тем самым сливать звуки в слоги, а слоги в слова.

Прежде, чем научиться читать, ребенок должен научиться слышать из каких звуков состоят слова, которые он произносит. Надо научить его правильно произносить звуки. Процесс очень труден. Не забывайте, что ваш ребенок – еще ребенок, не требуйте от него больше, чем он может сделать. Некоторые родители, едва научив ребенка читать, перестают сами читать ему книги. Они считают, что тем самым ребенок скорее научится самостоятельному чтению. Но это далеко не так. Даже дети, начавшие читать с пятилетнего возраста, не могут читать столько, сколько нужно для удовлетворения любознательности. Чтение книг родителями развивает мышление ребенка, дает ему новые образцы речи, расширяет словарный запас. Таким образом, в период обучения ребенка чтению, в семье должны быть как книги с короткими рассказами, сказками, доступными для самостоятельного чтения.

## **РАЗГОВОРНАЯ РЕЧЬ**

Обсуждая прочитанное, учите ребёнка ясно выражать свои мысли , иначе у него будут проблемы с устными ответами. Когда спрашиваете его о чём-либо, не довольствуйтесь ответом “да” или “нет”, уточняйте, почему он так думает, помогайте довести свою мысль до конца. Приучайте последовательно

рассказывать о произошедших событиях и анализировать их. Компании его сверстников предложите поиграть. Например: ребята загадывают какой-нибудь предмет и по очереди описывают его водящему, не называя задуманное слово. Задача водящего: отгадать это слово. Те же, кто загадал слово, должны как можно яснее описать загаданный предмет. С мячом можно играть в антонимы. “Чёрный” - кидаете вы ему мяч, “белый” - бросает ребёнок вам в ответ. Точно так же играйте в съедобное -несъедобное, одушевлённое -неодушевлённое.

## **ОБЩИЙ КРУГОЗОР**

Многие родители думают, что чем больше слов знает ребёнок, тем более он развит. Но это не совсем так. Сейчас дети буквально "купаются" в потоке информации, их словарный запас увеличивается, но важно, как они ими распоряжаются. Прекрасно, если ребёнок может к месту ввернуть сложное слово, но при этом он должен знать самые элементарные вещи о себе, об его людях и об окружающем мире: свой адрес (разделяя понятия “страна”, “город”, “улица”) и не только имена папы и мамы, но и их отчество и место работы. К 7 годам ребёнок вполне уже может понимать, например, что бабушка – это мамина или папина мама. Но, главное, помните: все-таки в школу ребёнок идёт не только продемонстрировать свои знания, но и учиться.

## **ПИСЬМО**

Обучение письму проводится по специальной методике безотрывного письма. Будет полезно, если родители не только займутся с детьми письмом печатных букв, но, прежде всего позаботятся о подготовке руки ребенка. Важным показателем готовности ребёнка к школьному обучению является развитие тонкой моторики, двигательных навыков кисти. Чем больше и разнообразнее работа кисти, тем лучше и быстрее совершенствуются её движения.

Способствуют этому такие упражнения как рисование, копирование, штриховка, раскрашивание, вырезание, лепка, выкладывание мозаики, рисование по точкам. Все это развивает мелкие мышцы руки, моторику рук и пространственную ориентировку (например: умение ориентироваться на строчке тетради, на клетчатой разлиновке). Дети с такой подготовкой легко овладевают навыком безотрывного письма.

При подготовке ребёнка к школе важнее не учить его писать, а создавать условия для развития мелких мышц руки. Какими же способами можно тренировать детскую руку?

Существует много игр и упражнений по развитию моторики.

1. Лепка из глины и пластилина. Если во дворе зима – что может быть лучше снежной бабы или игр в снежки. А летом можно соорудить сказочный замок из песка или мелких камешков.
2. Рисование или раскрашивание картинок – любимое занятие дошкольников. Обратит внимание надо на рисунки детей. Разнообразны ли они? Родителям необходимо разнообразить тематику рисунков.
3. Изготовление поделок из бумаги. Например, выполнение аппликаций. Ребёнку нужно уметь пользоваться ножницами и клеем.
4. Изготовление поделок из природного материала: шишек, желудей, соломы и других доступных материалов.
5. Конструирование.
6. Застёгивание и расстёгивание пуговиц, кнопок, крючков.

7. Завязывание и развязывание лент, шнурков, узелков на верёвке.
8. Завинчивание и развинчивание крышек банок, пузырьков и т. д.
9. Нанизывание бус и пуговиц. Летом можно сделать бусы из рябины, орешков, семян тыквы и огурцов, мелких плодов и т. д.
10. Плетение косичек из ниток, венков из цветов.
11. Все виды ручного творчества: для девочек – вязание, вышивание, для мальчиков – чеканка, выжигание, художественное выпиливание и т. д. Научить наших детей всему, что умеем сами!
12. Переборка круп, насыпать в небольшое блюдо, например, гороха, гречки и риса и попросить ребёнка перебрать
13. “Показ” стихотворения. Пусть ребёнок показывает руками всё, о чём говорится в стихотворении. Во-первых, так веселее, а значит, слова и смысл запомнятся лучше. Во-вторых, такой маленький спектакль поможет ребёнку лучше ориентироваться в пространстве и пользоваться руками.
14. Игры в мяч, с кубиками, мозаикой.

Ежедневно предлагайте детям такие занятия! **Не спешите за ребёнком делать то, что он может и должен делать сам**, пусть сначала медленно, но самостоятельно.

## 7) РЕЖИМ ДНЯ БУДУЩЕГО ПЕРВОКЛАССНИКА

- Старайтесь не допускать нервных стрессов в первые месяцы обучения. Многие дети вначале учебы могут страдать пониженным аппетитом, частыми головными болями, нарушением сна, чувством страха, плаксивостью, понижением самооценки. Не запрещайте ребенку брать в школу свои игрушки. Эти знакомые ребенку любимые предметы, создадут ему чувство защищенности, помогут адаптации в коллективе, налаживанию дружеских связей с одноклассниками.

В этот период не стоит ругать ребенка за ошибки, надо больше обсуждать с ним о том, что происходило в школе, расспрашивать о новых друзьях, их отношении к ребенку. В этот период необходимо более внимательно относиться к соблюдению режима дня

### Режим дня первоклассника:

- Суточный сон – 11,5 часов
- Подъем за 1- 1,5 часа до занятий
- Утренняя гимнастика
- Питание (завтрак, обед, полдник, ужин)
- Прогулка 3- 3,5 часа в день

Занятия дома с 16 – 20 часов, не более 1 часа, с перерывами через 20 минут

### (Слайд 11)

- Игры, любимые занятия дома
- Посильная помощь по дому
- Просмотр телепередач не более 30 минут в день
- За компьютером 15- 20 минут с гимнастикой для глаз и осанки

- Вечером приготовить портфель и одежду
- Отход ко сну в одно и то же время , после спокойных игр, гигиены

## **7) ТРИ ВОПРОСА В КОНЦЕ НЕДЕЛИ**

-Вечером последнего учебного дня недели, после (во время) ужина или перед тем, как ребенок ляжет спать, поговорите с ним, обсудив несколько простых вопросов:

- Доволен ли ребенок тем, как прошла школьная неделя, и почему?
- Что за пять учебных дней стало для него главным, показалось интересным, расстроило, обрадовало?
- Какие «роли» ему пришлось выполнять за неделю (ученик, дежурный, зритель, участник дела, события, победитель, наказанный, помощник и т.д.)? Выполнение каких ролей ему понравилось, а каких - нет?
- Какой из дней запомнился более всего? Почему?
- С чем связана для него грядущая неделя? Будет ли она в его представлении трудной, радостной, скучной, успешной?

### ***«Беседа по классной фотографии»***

Положите перед собой классную фотографию вашего ребенка. Пусть для начала он «познакомит» вас с одноклассниками, покажет соседей по парте, ряду. В дальнейшем через фотографию можно будет подробно расспрашивать ребенка о взаимоотношениях в классе, о его личных симпатиях и антипатиях. Старайтесь, чтобы ваш сын (дочь) больше говорил о положительном и интересном в отношениях с одноклассниками. Не провоцируйте ребенка на «ябедничество», нужно очень тонко дать понять, что вас интересуют не столько конфликты или проступки ребят сами по себе, сколько его собственное отношение к этому. Лучше не задавать вопросов типа «Кто у вас в классе больше всех хулиганит?» или «У кого самые плохие оценки?».

В конце концов, если ребенок действительно захочет, он случайно или специально расскажет об этом сам. Предпочтительнее задавать вопросы, помогающие создать, укрепить положительное, доброе, уважительное отношение к одноклассникам: «К кому можно обратиться за помощью?», «С кем интереснее всего играть?», «Кто самый веселый?» и т.п.

### ***«Плюсы и минусы школьного дня»***

Это несложная диагностика-игра, позволит вам достаточно объективно оценивать ежедневное настроение ребенка, связанное со школой. На листке бумаги или с помощью двух видов предметов (например, пуговицы и бусинки; зерна красной и белой фасоли и т.п.) нужно «нарисовать» прошедший школьный день. Чего в нем оказалось больше - радостного или неприятного, хорошего или плохого?

Главное - увидеть общее настроение, а не допытываться по поводу каждого

«плюса» и «минуса», хотя вполне вероятно, что о некоторых из них ребенок захочет рассказать Вам сам.

### **«Копилка школьных успехов»**

Поставьте в специальном месте стеклянную (пластиковую) банку или прозрачную коробочку. Отныне это - «копилка школьных успехов», в которую будут «складываться» «пятерки» и «четверки». Не сами по себе, конечно, а в виде чего-то материального. Например, тех же зерен крупной фасоли или крупных макарон-ракушек.

Предвидя возможный родительский соблазн, предупреждаю сразу: играть в то, что за получаемые «пятерки» вы будете складывать в копилку пятирублевые монеты, не стоит. Даже не буду объяснять, почему. Причин, поверьте, более чем достаточно. Гораздо разумнее, чтобы содержимое «копилки» оставалось условным. Более того, пусть ребенок кладет туда фасолинки или ракушки самостоятельно. Поверьте, искушение быстренько заполнить баночку неполученными по-настоящему отметками пройдет быстро, а возможно, и не возникнет вовсе. Ваша задача - сделать игру привлекательной и простой. Как? Довольно просто.

Как только «копилка» оказывается заполненной, удивите сына или дочку приятным сюрпризом и... верните фасоль или ракушки на их обычное кухонное место. Пусть все начнется сначала. Лучше, если наградой за полную копилку станет не выполнение заранее данного ребенку обещания (куплю, подарю и т.д.), а что-то пусть вовсе не дорогое, но удивительное и неожиданное.

Объем копилки лучше выбрать такой, чтобы ее заполнение, с одной стороны, не растягивалось на бесконечные месяцы, а с другой - не становилось делом пяти дней.

Да! Ни в коем случае не забирайте ничего из копилки в качестве наказания за двойки или замечания. Во-первых, это может сделать процесс заполнения практически бесконечным, а значит, бессмысленным, а во-вторых, это попросту несправедливо.



### **Анкета для родителей первоклассников**

Просим вас ответить на приведенные ниже вопросы. Подчеркните тот вариант, который кажется наиболее подходящим вам и вашему ребенку.

1. Охотно ли идет ребенок в школу?

- неохотно;
- без особой охоты;
- охотно, с радостью;
- затрудняюсь ответить.

2. Вполне ли приспособился к школьному режиму, принимает ли как должное новый распорядок?

- пока нет;
- не совсем;
- в основном, да;
- затрудняюсь ответить.

3. Переживает ли свои учебные успехи и неудачи?

- скорее нет, чем да;
- не вполне;
- в основном да;
- затрудняюсь ответить.

4. Часто ли ребенок делится с вами школьными впечатлениями?

- иногда;
- довольно часто;
- затрудняюсь ответить.

5. Каков преобладающий характер этих впечатлений?

- в основном отрицательные впечатления;
- положительных и отрицательных примерно поровну;
- в основном положительные впечатления.

1. Сколько времени в среднем тратит ребенок ежедневно на выполнение домашних заданий (укажите конкретно)?

2. Нуждается ли ребенок в вашей помощи при выполнении домашних заданий?

- довольно часто;
- иногда;
- не нуждается в помощи;
- затрудняюсь ответить.

8. Как ребенок преодолевает трудности в работе?

- перед трудностями сразу пасует;
- обращается за помощью;
- старается преодолеть сам, но может отступить;
- настойчив в преодолении трудностей;
- затрудняюсь ответить.

9. Способен ли ребенок сам проверить работу, найти и исправить ошибки?

- сам этого сделать не может;
- иногда может;

- может, если его побудить к этому;
- как правило, может;
- затрудняюсь ответить.

10. Часто ли ребенок жалуется на товарищей по классу, обижается на них?

- довольно часто;
- бывает, но редко;
- такого практически не бывает;
- затрудняюсь ответить,

11. Справляется ли ребенок с учебной нагрузкой без напряжения?

- нет;
- скорее нет, чем да;
- скорее да, чем нет;
- затрудняюсь ответить.

12. Примечания (советы, рекомендации, предложения, вопросы).

## «Трудности адаптационного периода первоклассников»

Адаптация - процесс приспособления, привыкания организма к новым условиям, связанный со значительным напряжением всех его систем. Школьная социально-психологическая адаптация - активный, многосторонний процесс, который включает в себя формирование способов, направленных на овладение учебной деятельностью и эффективное взаимодействие с новым для школьника окружением. Необходимость адаптации обычно возникает в связи с кардинальной сменой деятельности человека и его социального окружения. А для первоклассников, изменяется как социальное окружение (новый состав класса и учителей), так и система деятельности (новая учебная ситуация). А ситуация новизны всегда тревожна. Школьная тревожность является одной из типичных проблем, с которыми сталкивается школьник. Школьник переживает эмоциональный дискомфорт, находится в состоянии внутренней напряженности и настороженности, затрудняющей принятие как интеллектуальных, так и личностных. Можно выделить несколько этапов адаптации школьника:

- когда ребенок впервые приходит в школу в 1 класс;
- при переходе из начального звена в среднее;
- при переходе из среднего звена в старшее звено обучения;
- при переходе в другую школу.

Сегодня я хочу остановиться только на первом году обучения в школе, так как он является не только одним из самых сложных этапов в жизни ребенка, но и своеобразным испытательным сроком для родителей. Во-первых, именно в этот период требуется их максимальное участие в жизни ребенка. Во-вторых, при начале обучения четко проявляются все их недоработки. В-третьих, при наличии благих намерений, но отсутствии психологически грамотного подхода, сами родители нередко становятся виновниками школьных стрессов у детей.

В то же время именно в 1-ом классе закладывается основа отношения ребенка к школе и обучению. Для того чтобы дети наиболее благополучно прошли этот этап своей жизни, их родителям необходимо знать и ежедневно учитывать особенности психического и физиологического состояния детей, возникающего с началом обучения в школе.

Школа с первых дней ставит перед ребенком целый ряд задач, требующих мобилизации его интеллектуальных и физических сил. Для детей представляют трудности очень многие стороны учебного процесса. Им сложно высидеть урок в одной и той же позе, сложно не отвлекаться и следить за мыслью учителя, сложно делать все время не то, что хочется, а то, что от них требуют, сложно сдерживать и не выражать вслух свои мысли и эмоции, которые появляются в изобилии. Кроме того, ребята не сразу усваивают новые правила поведения со

взрослыми, не сразу признают позицию учителя и устанавливают дистанцию в отношениях с ним и другими взрослыми в школе. Поэтому необходимо время, чтобы произошла адаптация к школьному обучению, ребенок привык к новым условиям и научился соответствовать новым требованиям

Так с начала учебного года в нашей школе оказывалась помощь первоклассникам в адаптационный период как со стороны учителей, так и со стороны психолога. Изучались психофизиологические особенности каждого учащегося для обеспечения индивидуально- позитивного развития каждого ученика были проведены диагностические методик на вербальный и невербальный интеллект, память, внимание, уровень развития речи; обучаемость ребёнка были использованы тест К Ириска, «Узнай по цвету», «Моя школа», «Моя семья» Проверялись учебные навыки ребёнка по тетрадам, письму, решение задач. Выявлялся эмоциональный компонент учащегося, страхи к школе, отношение к оценкам, есть ли обратная связь со взрослыми, родителями и учителями. Велась коррекционная работа по восстановлению межличностных отношений ребёнка в классе. Проводились один раз в неделю коррекционно-развивающие занятия. По запросам родителей и учителя и данным диагностики в течении года проводились индивидуальные коррекционные занятия. Использование методы снижения агрессивность и уровень тревожности и страха перед школой, развивались творческие и эмоциональные способности учащихся, взаимоотношения с окружающим миром. Итоги диагностики показали, 70% учащихся проявляют творческие способности. У учащихся 1 класса уровень школьной мотивации хороший, каждый осознаёт себя учащимся, 60%- полностью сформирован, 40% - испытывают средний интерес к школе теста «Школа» Самооценка у учащихся завышена 62% учащихся но это нормально ведь на начало учебного года. По сравнительной характеристике трудностей в учебной сфере все показатели находятся на среднем уровне (выше 50%), т.е. начальный этап у учащихся сформирован.

Можно сделать вывод: у учащихся хороший настрой на обучение. Результаты проведённых диагностических исследований сведены в приложенных таблицах и доведены до сведения учителя и родителей учащихся.

В течении всего года проводилась работа психолога по запросам учителя и родителей. Психологом проводились консультации родителей и педагогов, выступления на родительских собраниях, и внеклассные мероприятия.

Таким образом, родителям и педагогам следует запастись терпением. Чем меньше негативных эмоций они будут проявлять, реагируя на кризисные проявления ребенка в возрасте 6-7 лет, тем больше вероятность, что все эти проблемы останутся в данном возрастном периоде. Говоря о социально-психологической адаптации детей к школе,

нельзя не остановиться на вопросе адаптации к детскому коллективу. Обычно трудности в этом процессе возникают у детей, не посещавших детский сад, особенно у единственных в семье детей. Если у таких ребят не было достаточного опыта взаимодействия со сверстниками, то они ожидают от одноклассников и учителей такого же отношения, к которому они привыкли дома. Поэтому для них часто становится стрессом изменение ситуации, когда они осознают, что учитель одинаково относится ко всем ребятам, не делая снисхождения к нему и не выделяя его своим вниманием, а одноклассники не торопятся принимать таких детей в качестве лидеров, не собираются уступать им. Все эти внешние особенности начинают исчезать, когда первоклассник выходит из кризиса и вступает непосредственно в младший школьный возраст.

## Вся правда о лени

14.04.14 | Категория: [Воспитание детей](#)



Мы привыкли считать лень недостатком. «Он такой ленивый!», «Что мне делать с моей ленью, она раньше меня родилась...», «Он не хочет делать уроки – ленится!» Многие из нас хотели бы избавиться от этого «недостатка» и научить этому же своих детей – не лениться, а трудиться. Но стоит ли это делать? Ведь лень играет очень важную роль в нашей жизни. Она, как лакмусовая бумажка, показывает, что мы хотим делать, а что делаем через силу, заставляя себя. Насколько это

эффективно? Чем может нам помочь знание всей правды о лени? Давайте разберемся. Как известно, понятие "лень" в нашем обществе не приветствуется. Мы употребляем это слово, если хотим оценить низкую эффективность человека, раскритиковать его, а то и обидеть. А известный словарь Даля определяет это качество так: "Лень - неохота работать, отвращение от труда, от дела, занятий; склонность к праздности, к тунеядству". Казалось бы, раз сам Даль говорит так о лени, то что можно еще добавить о «матери всех пороков»? Неужели что-то доброе и светлое? Предлагаем начать с классификации. Ведь лень, как, впрочем, и любое другое качество, имеет массу разновидностей. Классификация лени Лень как двигатель прогресса Известно ли вам, дорогие читатели, что именно ленивый

человек придумал все то, что позволяет рационально расходовать силы и время? От пресловутого колеса до того же Интернета. Разве можем мы назвать изобретателя – человека, способного годами корпеть над претворением в жизнь своей мечты – ленивцем? Вряд ли. Скорее, это не лень, а желание найти более короткий путь к решению проблемы, решить ее наиболее эффективным способом. Вспомните, как часто мы в жизни сталкиваемся с людьми, которые, получив задание, не спешат его выполнять. Разве от лени? Просто вначале им хочется выбрать наиболее результативный способ выполнения, а потом уже приступить к действиям. Это про них говорит пословица: «Долго запрягает и быстро едет». Лень как защитная реакция организма Иногда нежелание что-либо делать бывает результатом физической или умственной перегрузки. Тот, кто долго работает на износ, однажды не находит в себе элементарных сил – организм просто отказывается ему подчиняться. Такое сегодня, увы, происходит сплошь и рядом. Вдруг, в незапланированное для отдыха время, в самый разгар рабочего дня, начинает дико хотеться поваляться на диване с книгой, поболтать с друзьями по телефону, да в крайнем случае просто поспать. Такой "ленью" страдают чаще всего те, кого принято называть "трудоголиками", – по той или иной причине они трудятся, как говорится, 25 часов в сутки. А когда организм начинает защищаться от такой деятельности, бунтовать, сбойть, требуя необходимой передышки, трудоголик говорит себе: "Что-то я нынче разленился, это нехорошо". Тогда «на помощь» приходит чувство вины. Работяга просто не может себе позволить лениться! Но организм не резиновый. Он находит оптимальное решение, чтобы перестать работать – болезнь. Вы думаете, что ваши школьники болеют так часто, потому что их одолевают вирусы и инфекции? Не исключено. Но присмотритесь внимательно: каковы нагрузки на «школьном производстве», как часто у ребенка бывают покрасневшие глаза, утомление и огромное желание отложить в сторону даже любимые предметы? Возможно, ему не под силу сделать то количество заданий, которое задают в школе. И «лень» может быть просто передышкой, которую пытается объявить детский организм. В какой-то степени именно переутомление лежит в основе "лени" многих наших старшеклассников. Они как будто изо всех сил стараются увильнуть от занятий и домашних дел, а на самом деле безумно переутомлены и из последних сил "тянут" нагрузки, непосильные и для большинства взрослых. Ведь их рабочий день, реальный, а не формально объявленный, длится не меньше пятнадцати часов (восемь-десять уроков, плюс домашние задания, плюс репетиторы или подготовительные курсы). Лень как отсутствие мотивации Как правило, это следствие бессознательного сопротивления самого человека, который в глубине души вдруг начинает ощущать, что вроде как не совсем туда идет и не совсем то делает. В таких случаях обвинять его в лени начинают окружающие – в частности, те, кому необходимо, чтобы он выполнял работу, которую ему делать не хочется. Например, мы с вами, дорогие родители. Мы начинаем жаловаться на ленивого ребенка, который нам не помогает, не хочет учиться, ходить на развивающие и спортивные занятия, на которые мы его с таким трудом возим. Но давайте разберемся: а самому человеку нужна та работа, которую его принуждают делать? Скажут ли ребенку за помощь хотя бы простое спасибо? Понимает ли подросток, зачем ЛИЧНО ЕМУ надо учиться, или делает это из-под палки только для родителей? Часто ли вы спрашиваете у своих детей: для кого он учится и ходит на занятия, для кого он делает уборку в своей комнате? Спросите. Вы будете удивлены и возможно расстроены от того, что услышите: «Как это для кого? Конечно, для вас, родители!» И вот тут самое время задуматься: если ребенок учится и все делает исключительно для вас, из-под палки, то научится ли он делать в жизнь что-либо для себя? Сможет ли, будучи взрослым, отделить свои желания от чужих? Или так и останется исполнителем чужих мечтаний? Стоит подумать об этом сегодня? Как вы думаете, дорогие родители? Лень как выгода Нам часто не хочется изменять то, что нам выгодно. И мы прикрываемся ленью, как щитом, который в обществе хоть и осудят, но примут безоговорочно, поймут. Что это может быть? Нам не хочется заниматься своим здоровьем и сбрасывать вес. Но на самом деле тогда мы не сможем жаловаться на плохих врачей, этот жестокий

мир, продукты-мутанты и экологию в целом. Ребенку выгоднее сказать: «Мне лень идти на тренировку», чем признаться в том, что вчера он подрался с мальчишками и теперь боится туда идти. Лень тунеядца И, наконец, та самая пресловутая лень тунеядца, выражающаяся в поговорке "Кто делать горазд, наделает и на нас". Зачем что-то делать, если постоянно находится тот, кто сделает это за тебя, ничего с тебя за это не спрашивая? Конечно, в этом случае человек вряд ли разовьется и станет интересной личностью. Зато научится в любой ситуации находить активных людей, готовых прожить жизнь за него. Ну, это кому что больше нравится. В качестве яркого мультяшного примера, иллюстрирующего этого тип лени, предлагаем вспомнить Антошку, которого ребята звали картошку копать. И ведь находились же руки на замену! Правда, Антошка «благодаря» своей лени мог остаться не только без работы, но и без обеда. Но если уж говорить о лени как о пороке, то, пожалуй, самая страшная ее разновидность - это леность ума. Когда просто лень подумать - что, как и зачем будешь делать. В этом случае человек катится по жизни по инерции, даже если его образ жизни уже стал ему неприятен. Но чтобы его изменить, нужно этим озаботиться, - а думать ему лень. К примеру, женщина может автоматически заниматься домашним хозяйством, причем ненавистным, и отчаянно критиковать всех в доме за то, что они ей не помогают. Но подумать, как замотивировать домашних ей помогать, - лень. Ведь тогда придется искать отдельный подход к каждому члену семьи, учиться быть понимающей, наблюдать за тем, кому и что интересно. А это делать лень. Очень часто умственная лень проявляется в отношениях между мужем и женой. Каждому из них лень подумать о том, чего бы хотелось партнеру. Легче требовать, критиковать, унижать, даже шантажировать. На это уходит огромное количество сил. Но, видимо, на то, чтобы поставить себя на место партнера, почувствовать его, увидеть причины его поступков, требуется душевных сил еще больше. И это уже леность души. Как правило, страдающие такой разновидностью лени, вовсе не считают себя лентяями. Скорее, им ближе роль жертвы, над которой все издеваются и не понимают - от маленького ребенка до государства в целом. Мотивация - как способ понять и преодолеть лень. Надеемся, что теперь понятно, что лень - это вовсе не типовая проблема, которую можно решить одним махом. Даже для того, чтобы дать совет "как избавиться от лени самому или избавить от нее кого-то другого" придется искать истинные причины лени. А их, как мы уже выяснили, может оказаться много - от нежелания выполнять приказы до банальной перегрузки. Ни один человек не будет делать то, что ему неприятно, не нужно или невыгодно. Даже если человек от вас так или иначе зависим - ребенок, подчиненный - разумнее его не заставлять, а именно мотивировать, вызывать заинтересованность в той или иной работе (причем не всегда и не только материальную). При этом, как правило, работа будет сделана не только в срок, но еще и более качественно. А если вам кажется, что вы и так его достаточно замотивировали, а он все равно ленится, - значит, мотивация либо недостаточна, либо для данной личности неактуальна. Банальный пример - мотивация деньгами. Даже «золотые горы» не способны заставить замкнутого интроверта активно общаться с людьми. Ему это будет в тягость и очень скоро у него случится либо нервный срыв, либо болезнь, либо вы обнаружите брошенное на стол заявление об уходе. Если вы применяете так называемую мотивацию с помощью страха, имейте в виду, что это не всегда действенно, а порой может вызвать обратную реакцию. Когда вы говорите подростку: "Немедленно делай то, что я тебе говорю! Иначе я не куплю (не буду разговаривать, не пущу домой и т.д.)», то вполне может оказаться, что вы будете вынуждены так поступить, но будете сильно жалеть о сказанных угрозах. Повзрослевшие дети с трудом выдерживают давление родителей. Порой им нужен самый незначительный повод, чтобы со словами: «Ну и пусть! Ну и не надо!» хлопнуть дверью. Кому нужна лень? Вообще, начиная "бороться с ленью" (неважно, со своей или с чужой), необходимо определить, какова ее природа. Но не только. Имеет смысл определиться с тем, чьей проблемой в конкретном случае является лень - вашей или ваших близких? Кому она мешает, кому стоит озаботиться тем, чтобы ее устранить? 1. Жалобы на свою собственную лень -

первый признак "трудоголика", нуждающегося в отдыхе. Человека, с головой уходящего в работу, для которого практически не существует выходных, убедить в том, что ему требуется отдых, очень сложно. Почему? Потому что такой человек, как правило, сублимирует – перенаправляет – свою энергию именно на решение рабочих задач, чтобы не заниматься, например, решением проблем в личной жизни. И, тем не менее, отдых нужен и ему. Для него подойдет такой аргумент: работа после уик-энда пойдет лучше и вдвое эффективнее! Поэтому необходимо разрешить себе "полениться" - поспать, почитать и т.п. В отличие от взрослых, детям не свойственен трудоголизм. Жалуясь, что им лень что-то делать, они показывают, что давление со стороны родителей или учителей, уже перешло допустимые границы. И следующим этапом, если прессинг продолжится, может оказаться болезнь. Как единственный «законный» способ не выполнять чужих поручений.

2. Жалобы на детскую лень - одни из самых частых, с которыми обеспокоенные родители обращаются за консультацией к детским психиатрам и психологам. Юные члены семьи, в свою очередь, заявляют, что старшие к ним излишне придираются. Так кто же из них прав? Очень часто родители, предъявляющие сыну или дочери претензии по поводу лени, не обращают внимания на то, что ребёнок, не интересующийся, скажем, учёбой, всеми способами уваливающий от уроков, просто не имеет собственной мотивации к этому достаточно трудоёмкому делу. Он искренне не понимает, зачем ему-то самому это нужно. Согласитесь, простого желания угодить родителям явно недостаточно. Особенно если требования старших завышены и не соответствуют его возможностям, способностям, да вдобавок вместо похвал и понимания его всё время ругают родители и педагоги. В этой ситуации ярлык «лентяя» становится для ребенка весьма привлекательным. Может быть, хотя бы с этим «титолом» его оставят в покое, ведь всё равно окружающие им недовольны. Что же можно сделать в этой ситуации? Стоит ли потакать детской лени? Или необходимо настойчиво доказывать, требовать, чтобы подросток, наконец, «взялся за ум»? Решение проблемы в том, ребенок сам понял, что именно он делает и для чего ему это нужно. Поищите тот смысл, ради которого он будет стремиться в школу. Вполне возможно, что это будет только общение со сверстниками. Но и ради этого он может захотеть ходить в школу. Как только ребёнок начнет заниматься тем, что ему интересно, что для него важно и ценно, лень исчезнет, появятся силы, улучшатся оценки. Ленивое детство Иногда мы сами приучаем детей лениться, излишне ограничивая их активность в раннем возрасте (чаще этим грешат мамы и бабушки). "Давай помогу", - постоянно твердят старшие и убирают за малыша игрушки, кормят его, одевают, делая всё необходимое намного быстрее и аккуратнее. Но, к сожалению, таким способом они нередко гасят инициативу ребёнка, вырабатывая у него привычку ожидать, что за него всё сделает кто-то другой. Многие энергичные, активные люди не в состоянии понять, что не все способны угнаться за ними. Тем более дети. Мы часто требуем: «Да когда же ты оденешься?! Когда же ты, наконец, сделаешь уроки!», бегая вокруг ребенка, поторапливая и теребя его. Если ваш ребенок относится к тревожным людям с повышенной чувствительностью, ему придется особенно тяжело. Он будет считать себя виноватыми, всеми способами пытаться "соответствовать" невыполнимым требованиям. Разумеется, результаты будут с каждым разом ухудшаться. Давайте попробуем представить, что происходит в этот момент в голове у малыша. «Я плохой. Я медлительный. Мама мной не довольна. Я ей не нравлюсь. Она меня не любит»... Вы уверены, что хотите, чтобы такие мысли бродили в голове вашего ребенка? Ведь именно они, в конце концов, приводят к комплексу неполноценности, депрессиям и болезням. Если не хотите, тогда учитесь уважать его темпы развития, его темперамент и даже его медлительность. Лекарство от лени Самое эффективное средство от лени – не микстура. И даже не попытка заставить, надавить, потребовать. Самым эффективным способом «борьбы» с ленью было и остается желание понять, «почему мне лень» и «почему ему (ей) лень» что-то делать. И только тогда, когда вы поняли причину лени у вашего ребенка или у себя, вы сможете исправить ситуацию. Чтобы вам легче было найти причину, предлагаем вам ряд вопросов,



которые вы можете адресовать как себе, так и своему малышу: - Что он (я) не хочу делать? - Что мне (ему) мешает делать лень? - Против чего протестует мой (его) организм? - Что именно я или мой ребенок потеряет, если не будет делать то, что сейчас не хочет? Если вы не побоитесь честно ответить на вопросы, то сможете узнать истинную причину лени.

## **Психологические факторы и их влияние на школьную успеваемость.**

### **Психологическая готовность ребенка к школьному обучению**

#### **Основные понятия**

**Внутренняя позиция школьника** — явление в мотивационной сфере ребенка, состоящее в возникновении интереса к школьно-учебной деятельности и появлении психологических особенностей, обеспечивающих возможность получения научного знания, организации своей деятельности и поведения, подчинение определенным общественным правилам, моральным законам.

**Волевая готовность** — необходимый уровень развития произвольной сферы, обеспечивающий возможность ребенку как будущему ученику преодолевать возникающие у него учебные трудности и управлять своим поведением в соответствии со школьными требованиями.

**Интеллектуальная готовность** — сформированность, в первую очередь, процессов мышления на уровне, необходимом для успешного усвоения знаний.

**Мотивационная готовность** — доминирование в мотивационной сфере учебного мотива, связанного с познавательной потребностью ребенка, с потребностью в интеллектуальной активности, в овладении учебными умениями, навыками и знаниями.

**Психологические предпосылки овладения учебной деятельностью** — совокупность психологических качеств и умений, необходимых для успешного усвоения знаний. Характер социального развития — предпочитаемый ребенком стиль общения со взрослым.

**Школьная дезадаптация** — специфические расстройства учебной деятельности и поведения школьника, вызванные рассогласованием требований школы и возможностями учащегося удовлетворить их.

**Школьная зрелость, или психологическая готовность к школьному обучению** — достижение ребенком определенного уровня развития

познавательных процессов, сформированность мотивационной сферы, наличие общественно значимых потребностей и личностных качеств, необходимых для процесса обучения.

Следующим фактором, влияющим на успешность школьного обучения, обуславливающим ряд школьных трудностей ребенка, является его психологическая готовность к школьному обучению: понятие, впервые предложенное А. Н. Леонтьевым в 1948 году. Своевременная оценка психологической готовности детей к обучению является одним из основных видов профилактики возможных в будущем трудностей в обучении.

Что же понимается под психологической готовностью детей к школьному обучению? Часто эту готовность понимают очень узко и утилитарно – прежде всего, с точки зрения наличия у ребенка навыков чтения, письма и счета, полагая, что их наличие поможет ребенку лучше адаптироваться к требованиям школы. Однако это не так. Речь идет не о приспособлении, а о кардинальной перестройке всего образа жизни и деятельности ребенка, о переходе к качественно новой стадии развития, что связано с глубокими изменениями всего внутреннего мира ребенка, которые охватывают не только интеллектуальную, но и мотивационно-потребностную, эмоционально-волевою сферы личности ребенка. Готовность к школьному обучению означает достижение определенного уровня развития познавательных возможностей, личностных качеств, общественно значимых потребностей, интересов, мотивов.

Психологическая готовность к школе формируется на протяжении всей дошкольной жизни ребенка, а не только в последний дошкольный, или предшкольный, год. Школьная зрелость ребенка есть закономерный и неизбежный результат полноценного проживания им дошкольного периода развития. Это означает, прежде всего, что ребенок должен провести в дошкольном периоде развития столько времени, сколько ему на это отпущено природой, чтобы обеспечить его анатомо-физиологическое и психологическое созревание, чтобы он был готов перейти на другой, более высокий уровень своего развития. И это время равно 6-7 годам. Выше уже отмечалось, что раннее начало школьного обучения, как правило, вредит ребенку. Стоит помнить слова великого просветителя Ж.-Ж. Руссо: «Природа хочет, чтобы дети были детьми, прежде чем стать взрослыми. Если мы хотим нарушить этот

порядок, мы произведем скороспелые плоды, которые не будут иметь ни зрелости, ни вкуса и не замедлят испортиться... Дайте детству созреть в детях».

Полноценное завершение дошкольного периода субъективно переживается ребенком как активное стремление стать школьником. Как правило, к 7 годам пребывание ребенка в детском саду теряет для него смысл, перестает его удовлетворять. Дети, «переросшие» дошкольные формы существования, начинают тяготиться ими, ищут новые формы удовлетворения своих потребностей: перестраиваются формы общения со сверстниками, меняется отношение к занятиям, часто сопровождающееся нарушением дисциплинарных требований. Для таких детей переход к следующей стадии развития связан с желанным ими поступлением в школу. К концу дошкольного возраста ребенок начинает впервые осознавать себя членом общества, осознает свое социальное положение дошкольника и стремится к новой социальной роли школьника.

Социальная зрелость ребенка проявляется в формировании внутренней позиции школьника («Хочу в школу!»). Это означает, что ребенок психологически перешел в новый возрастной период своего развития — младший школьный возраст. О наличии внутренней позиции школьника свидетельствуют следующие показатели:

- ребенок относится к поступлению в школу или пребыванию в ней положительно, не мыслит себя вне школы или в отрыве от нее, понимает необходимость учения;
- проявляет особый интерес к новому, собственно школьному содержанию занятий: предпочитает уроки письма и счета занятиям «дошкольного» типа (рисование, пение, физкультура), имеет содержательное представление о подготовке к школе;
- ребенок отказывается от характерных для дошкольного детства организации деятельности и поведения: предпочитает классные занятия обучению дома, положительно относится к общественно принятым нормам поведения, предпочитает традиционный способ оценки учебных достижений (отметка) другим видам поощрения, характерным для непосредственно-личных отношений (сладости, подарки);

- признает авторитет учителя.